



¿Cómo puedo cuidarme de las infecciones respiratorias?



Me lavo las manos frecuentemente

Sí tengo la necesidad de escupir lo hago en un pañuelo desechable



SALUD

MICHOACAN

Lavo frecuentemente corbatas, sacos, abrigos, etc.



Limpio mi entorno: casa, oficina, etc.



No me toco la cara, principalmente ojos, nariz y boca, con las manos sucias

Me quedo en casa cuando tengo alguna enfermedad respiratoria



Cuando toso o estornudo, me tapo la nariz y la boca con un pañuelo desechable o el ángulo interno del brazo

Si ya te sientes enfermo (a), acude a la Unidad de Salud. No te automediques.

